

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, F., & Fitriana, S. (2021). Penerapan Konseling Cognitive Behaviour dengan Teknik Self Management untuk Mengatasi Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Sultan Agung Fundamental Research Journal //*, 2(1). <https://doi.org/10.30659/safjrj.2.1.11-24>
- Abidah, A., & Aziz, A. (2020). *Acta Psychologia* Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Depresi pada Mahasiswa. In *Acta Psychologia* (Vol. 2, Issue 2). <http://journal.uny.ac.id/index.php/acta-psychologia>
- Adilah, A. A. (2025). Hubungan *Self Control* dan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kecenderungan Perilaku *Cyberbullying* pada Remaja di SMP Negeri 26 Depok.
- Aidah, C. (2025). Pengaruh *Loneliness* dan Kontrol Diri terhadap Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Dewasa Awal di Kota Malang.
- Amalia, N. I. (2022). Faktor - Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa XI IPA 2 SMANegeri 1 Bukitkemuning.
- Amelia, R., Handoyo, B. M., & Siana, Y. (2022). Hubungan Durasi Penggunaan *Gadget* dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Baiturrahmah. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 72–80. <https://doi.org/10.38165/jk.v13i1.277>
- Aminah, A., Pratiwi, E., Putri, E., & Awalia, A. (2024). Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Prokrastinasi Siswa SMA Negeri Suku Banjar. *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Kemasyarakatan*, 8(2), 151–157. <https://doi.org/10.19109/h5y12d76>
- Atsiilah, F. M. A. (2025). Hubungan antara Manajemen Waktu dan Perilaku Prokrastinasi dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta.
- Avci, S., Cakir, M., & Akinci, T. (2024). *Examining Social Media Addiction as a Predictor of Academic Achievement and Academic Procrastination : A Cohort of Undergraduate Students. Journal on Efficiency and Responsibility in Education and Science*, 17(4), 286–298. <https://doi.org/10.7160/eriesj.2024.170402>
- Azzahrah, A. R., & Uyun, Z. (2024). Pengaruh Manajemen Waktu dan Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Balios, L. M. T., Madrid, C. J. P. Dela, Gigantana, E. G. D., & Bacatan, J. R. (2024). *Examining the Relationship Between Social Media Addiction and Academic Procrastination Among Grade 11 Students. Indonesian Journal of Multidisciplinary Research*, 4(2), 353–362. <https://doi.org/10.17509/ijomr.v4i2.78270>

Asma Izzatuz Zahra, 2026

HUBUNGAN SELF CONTROL DAN PROKRASTINASI AKADEMIK DENGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN UPN “VETERAN” JAKARTA

UPN “Veteran” Jakarta, Fakultas Kedokteran, Program Studi Kedokteran Program Sarjana
[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

- Bidayah, S. I. (2022). Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kualitas Hidup pada Remaja di Jawa Timur.
- Chisan, F. K., & Jannah, M. (2021). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Sekolah Menengah Atas.
- Damayanti, A. P., Tagela, U., & Soesilo, T. D. (2023). Pengaruh Intensitas Penggunaan Game Online Terhadap Disiplin Belajar Siswa. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(01), 100–108. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i01.4754>
- Dewany, R., Nurfarhanah, N., Hariko, R., Asnah, M. B., & Karina, A. A. (2023). Analisis Kesesuaian Media Cerita Rakyat Digital dengan Kebutuhan Literasi Emergen. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(5), 5269–5282. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i5.5000>
- Dewi, R., Yulianti, Y., & Rahman, K. A. (2023). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Intensitas Penggunaan Media Sosial TikTok pada Siswa SMP Negeri 7 Muoro Jambi. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 6(2). <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v6i2.14925>
- Dina, A. N. (2023). Pengaruh *Self Control* dan *Self Efficacy* Terhadap *Happiness* Santri Penghafal Al-Qur'an di PP Darussalam Mekar Agung Madiun.
- Fauziyah, R. N. (2019). *Sampling* dan Besar Sampel Bidang Kesehatan Masyarakat dan Klinis Penerbit Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2010). Teori- Teori Psikologi.
- Gibran, A. K. (2024). Pengaruh Self Control Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir.
- Ginting, D. C. A., Rezeki, S. G., Siregar, A. A., & Nurbaiti. (2023). Analisis Pengaruh Jejaring Sosial Terhadap Interaksi Sosial di Era Digital. *PPIMAN Pusat Publikasi Ilmu Manajemen*, 2(1), 22–29. <https://doi.org/10.59603/ppiman.v2i1.280>
- Hayani, S., Khairani, M., & Amna, Z. (2022). Kecanduan Internet dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Uinsyiah*.
- Hidayat, M., Aseng, A. C., Tumbel, N. J., & Pandeiro, L. B. (2023). Sikap Kontrol Diri dengan Perilaku Konsumtif Mahasiswa: Studi Empiris pada Mahasiswa FKIP Universitas Klabat. *Jurnal Informatika Ekonomi Bisnis*, 403–408. <https://doi.org/10.37034/infv5i2.568>
- Husain, A. R., Wantu, T., & Pautina, M. R. (2023). Perilaku Prokrastinasi Akademik dan Faktor Penyebabnya pada Mahasiswa. *Student Journal of Guidance and Counseling*, 2(2), 145–157.
- Indrawati, R., & Nuswantoro, E. (2021). Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram serta Pengaruhnya Terhadap *Subjective Well-Being* Siswa.
- Isyara, L. P., Karoma, & Ismail, F. (2024). Pemanfaatan Media Sosial sebagai Inovasi dalam Pembelajaran di Era Globalisasi. 6(2), 83–88. <https://belaindika.nusaputra.ac.id/indexbelaindika@nusaputra.ac.id>

Asma Izzatuz Zahra, 2026

HUBUNGAN SELF CONTROL DAN PROKRASTINASI AKADEMIK DENGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN UPN "VETERAN" JAKARTA

UPN "Veteran" Jakarta, Fakultas Kedokteran, Program Studi Kedokteran Program Sarjana
[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

- Izzah, A. (2024). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial TikTok dan *Social Comparison* Terhadap *Self-Esteem* Remaja di Madrasah Tsanawiyah Al Munawwaroh Pandanmulyo Kabupaten Malang.
- Jannati, I. F. (2020). Pengaruh *Self Determination*, *Self Regulated Learning*, dan Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa.
- Lubis, I. H., & Meliala, S. M. S. (2021). Perbedaan Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Mahasiswa Universitas X Stambuk 2018. 3(2), 107–112. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v3i2.155>
- Luthfiah, M. Z. (2025). Pengaruh Self Control dan Dukungan Teman Sebaya terhadap Grit pada Mahasiswa Universitas Negeri Kota Malang yang Sedang Menyusun Skripsi.
- Meilani, B. C., & Hariastuti, R. T. (2024). Penerapan Konseling Kelompok Teknik Self Management Untuk Mengurangi Intensitas Bermain Media Sosial Pada Peserta Didik di SMA Negeri 20 Surabaya.
- Neidi, A. W. (2019). Acta Psychologia Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa. *In Acta Psychologia* (Vol. 1, Issue 2). <http://journal.uny.ac.id/index.php/acta-psychologia>
- Novita, D., Khairunnisa, A., Rizki, M., Pratama, P., & Dinata, K. I. (2025). Hubungan antara *Self Control* dengan Internet Addiction pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang. <https://doi.org/10.8734/liberosis.v1i2.365>
- Paranna, A. L. (2021). Pengaruh Prokrastinasi Akademik terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Kelas XI MIPA SMA Negeri 1 Tarakan.
- Prasetya, F. F. D., Nining Dwi Astuti, & Abdullah. (2024). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku *Cyberbullying* Pada Remaja. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(3), 1915–1923. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.4818>
- Pratiwi, R. B. A., Krisphianti, Y. D., & Hanggara, G. S. (2025). *Self Control* pada Peserta Didik.
- Putri, K. A. R., Sumaryati, S., & Ivada, E. (2022). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pendidikan Akuntansi.
- Rachmat, S. S. M. (2025). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Sosial Terhadap Pengetahuan Remaja dalam Pencegahan Stunting di SMP Negeri 242 Jakarta.
- Ramadhani, A. A., Avicenna, A., Hilmi, M., Hibatullah, H., Nabyah, S., & Wardiyah, M. L. (2025). Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa.
- Ramadhani, N. F. (2025). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kestabilan Emosi pada Siswa SMAN 1 Sungayang. Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar.

Asma Izzatuz Zahra, 2026

HUBUNGAN SELF CONTROL DAN PROKRASTINASI AKADEMIK DENGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN UPN "VETERAN" JAKARTA

UPN "Veteran" Jakarta, Fakultas Kedokteran, Program Studi Kedokteran Program Sarjana
www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id

- Sariyani. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Kemampuan Sosialisasi. *5*(4), 503–509.
- Septantiningtyas, N., & Subaida, S. (2023). Gaya Kognitif Field Independent Sebagai Ikhtiyar Kontrol Fokus Siswa dalam Pembelajaran. *Attadrib: Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, *6*(1), 48–56. <https://doi.org/10.54069/attadrib.v6i1.378>
- Siahaan, N. R., & Pedhu, Y. (2024). Analisis Kontrol Diri Siswa SMP dalam Belajar dan Implikasinya pada Bimbingan Konseling. *Psiko Edukasi*, *22*(1), 1–15. <https://doi.org/10.25170/psikoedukasi.v22i1.5452>
- Solihin, M. J. (2022). *Self Control* Santri dalam Memperkuat Nilai Disiplin (Studi Kasus pada Pondok Pesantren Darussalam Kota Bengkulu).
- Suhadianto, & Ananta, A. (2022). Bagaimana Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Indonesia pada Masa Pandemi Covid-19?: Pengujian Deskriptif dan Komparatif. <https://Covid19.who.int/>
- Suprpto, F. S. (2024). Pengaruh *Self Control*, *Life Satisfasction*, dan Faktor Demografi Terhadap *Fear of Missing Out (FoMO)* pada Siswa SMA DKI Jakarta.
- Suryanti, & Hamzah. (2024). Desain Kurikulum Pendidikan Kedokteran Fakultas Kedokteran Baru: 10 Pertanyaan Harden. *1*(2). <https://doi.org/10.53696/30474329>
- Tannia, L. N., & Monika, M. (2022). Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Saat sistem Pembelajaran Jarak Jauh. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, *4*(4), 5203–5212. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i4.3135>
- Usop, D. S., & Astuti, A. D. (2022). Pengaruh Self-regulated Learning, Intensitas Penggunaan Media Sosial, Dan Motivasi Belajar Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, *7*(3c), 1782–1790. <https://doi.org/10.29303/jipp.v7i3c.839>
- Yesatra, V., Mau, B., Neka, C. J., & Lian, Y. P. (2024). Pengaruh Media Sosial Terhadap Tingkah Laku dan Psikologis Mahasiswa Unwira. *JUEB : Jurnal Ekonomi Dan Bisnis*, *3*. <http://jurnal.jomparnd.com/index.php/jk>